

Nutrizioa eta ongizatea

Ikas Vital

Kordoi Etxea

2025ko otsailaren 5etik apirilaren 9ra

Asteazkena 17:00etatik 18:00etara

40€



Fundación Vital Fundazioak prestakuntza eta kultur ikastaroen sorta zabala eskaintzen du. Ikastaro horiek aurrez aurre nahiz online egiten dira, eta gai desberdinetan adituak diren irakasleek ematen dituzte.

Informazioa

Edukia

- **Kaltzioa eta D bitamina:** hezur osasungarrietarako dupla perfektua
- **Anemia:** Zer eginkizun du zure osasunean?
- **Obesitatea:** kausak, ondorioak eta konponbideak
- **Zergatik jaten dugu jaten duguna?** Gose motak eta horien eragileak
- **Modaz haratago:** dieta desberdinei buruzko gida
- **Alergiak eta intolerantziak deszifratuz:** jakin behar duzuna
- **Likidoak atxikitzearen misterioak argituz**
- **Idorreria:** Kausak, sintomak eta tratamenduak
- **Estresa eta elikadura:** Konbinazio leherkorra

- **Nutrizio-mitoak:** errealitatea ala fikzioa?

Lekua, ordutegia eta iraupena

Kordoiaren etxean (Aiztogile kalea 24), asteazkena 17:00etatik 18:00etara. 2025eko otsailaren 5etik apirilaren 9ra.

Prezioa

40 €

Ikastaroaren garapena

Elisa López Ibañez, EHUko nutrizio eta dietetikan lizentziatua

Izen-emateak

Izenaurtarrilaren **7tik 14ra** eman daiteke, edo plazak agortu arte:

- **Zuzenean** Vital Fundazioaren egoitzan (Aiztogile kalea 24, kordoiaren etxea)
- **Online**, web-formulario honen bidez: